IZPP[Φ] INTERNATIONALE ZEITSCHRIFT FÜR PHILOSOPHIE UND PSYCHOSOMATIK
Erstes offenes E-Journal für fächerübergreifende Theoriebildung in Philosophie und Psychosomatik sowie ihren Grenzgebieten
Herausgeber: Wolfgang Eirund und Joachim Heil
ISSN: 1869-6880

Nähe und Distanz im Leben und in der Lyrik von Rainer Maria Rilke
Herbert Csef

Zusammenfassung:
Rainer Maria Rilke (1875 bis 1926) zählt zu den bedeutendsten deutschsprachigen Lyrikern seiner Zeit. Er hatte eine außergewöhnlich große Sensibilität für zwischenmenschliche Nähe und Distanz. Oft hatte er große Sehnsucht nach Nähe. Hatte er sie hergestellt, dann war sie ihm bald zu viel. Er fühlte sich schnell eingeengt und floh wieder in die Distanz. Als einer der größten und weltberühmten Lyriker war er ein Meister der Sprache. Keiner konnte wie er das Wechselspiel von Nähe und Distanz so treffend in Sprache, Bildern und Metaphern ausdrücken. In seinen persönlichen Beziehungen – vor allem zu Frauen – hatte er einerseits Beziehungsängste, andererseits fürchtete er das Verlassen-Werden. „Sei allem Abschied voran" bedeutete in Rilkes Beziehungen, dass er die narzisstische Kränkung des Verlassen-Werdens vermeiden wollte und stattdessen das aktive Verlassen forcierte. Er lebte nach dem Motto: „Wer zuerst geht, kann nicht mehr verlassen werden."
Die hohe Vulnerabilität für narzisstische Kränkungen durch Verlassen-Werden förderte jedoch auch seine Bindungsangst. Rilke vereinsamte immer mehr und er wurde zum zurückgezogenen Eremiten, für den Gedichte und Briefe die letzten Brücken zum Leben darstellten.

Schlüsselwörter
Nähe, Distanz, Narzisstische Kränkung, Einsamkeit, Rainer Maria Rilke

Keywords
Closeness, distance, narcisstic insult, loneliness, Rainer Maria Rilke

Abstract
Closeness and Distance in the Life and in the Works of Rainer Maria Rilke. Rainer Maria Rilke (1875 to 1926) is one of the most important German speaking poets and novelists in his field and time. He had an exceptionally high sensitivity of interpersonal closeness and distance. Once he achieved this intimacy, it was soon too much for him. He quickly found himself trapped and fled again to obtain distance in the relationship. As one of the greatest and world-famous poets, he was a master of language. Nobody could express the interplay of closeness and distance so aptly in prose, imagery and metaphors. In his personal relationships, especially with women, he was afraid relationships on the one hand and feared being abandoned on the other hand. To say farewell before the end in Rilke's relationships meant that he wanted to avoid the narcissistic insult of being left and instead forced an active leaving. He lived according to the motto" who goes first can not be left".
However, his high vulnerability for narcissistic insult by leaving also promoted his fear of attachment. Rilke became increasingly more lonely during the course of his life and he became more and more of a recluse and hermit, for whom his poems and correspondence were the last bridge to life.

Nähe-Distanz-Konflikte bei Rainer Maria Rilke
Rainer Maria Rilke war wie besessen von zwei Ängsten, die psychologisch wie zwei Seiten eines Januskopfes

erscheinen: er hatte starke Angst vor Bindung und Nähe und gleichzeitig Angst vor Verlassen-Werden (Verlust) (Marko 1998). Diesen Grundkonflikt haben viele Menschen. Bleibt dieser Konflikt dauerhaft unbewältigt, führt dies oft zu erheblichen Beziehungsproblemen oder zum Scheitern von Beziehungen. Die Psychologie formuliert dafür den Begriff Nähe-Distanz-Konflikt. Die Aufgabe und Herausforderung für das erlebende Subjekt ist hier eine gelungene Nähe-Distanz-Regulation. Insofern ist dieses Phänomen ein häufiges Thema in Psychotherapien, Paartherapien und Eheberatungen (Csef & Wyss 1985; Csef 1984). Bei Rainer Maria Rilke zeigt sich der Grundkonflikt vordergründig in seiner Unfähigkeit, Liebesbeziehungen aufrecht zu erhalten. Mit seiner Ehefrau Clara Westhoff lebte er nur 17 Monate zusammen. Die Liebesbeziehung mit der verheirateten Lou Andreas-Salomé dauerte immerhin vier Jahre. Dies war mit Abstand die längste Liebesbeziehung in seinem Leben. Mit den meisten seiner späteren Geliebten hat er gar nicht zusammengewohnt. Je älter Rilke wurde, desto einsamer wurde er. Als er mit 51 Jahren an seiner Krebserkrankung (Leukämie) starb, da lebte er schon lange wie ein Eremit in seinem kleinen Domizil im Chateau de Muzot. Seine menschlichen Kontakte waren rudimentär. Er hatte eine Haushälterin, erhielt selten Besuche und reiste nicht mehr. Wenn er seinen Wohnort verließ, dann zu Arztbesuchen. Briefe waren für ihn die Brücke zur Welt und zu Menschen. Folglich hat er einen umfangreichen Briefwechsel hinterlassen. Es ist charakteristisch für ambivalente Gefühle, dass immer die andere Seite mitschwingt. Wenn Rilke sich einsam fühlte – und das kam oft vor – dann hatte er große Sehnsucht nach Nähe und Beziehung. Waren Menschen längere Zeit bei ihm, dann war ihm diese Nähe bald zu viel. Eine große Gefühlsambivalenz zeigte sich auch bei seinem Verlust-Erleben. Rilke war sehr empfindlich für Verluste, vor allem für Beziehungsverluste im Sinn von Trennungen. Von einer Frau verlassen zu werden, war für ihn viel schlimmer, als selbst die Frau zu verlassen. Deshalb war sein Lebensmotto: „Sei allem Abschied voran." Dies galt bei ihm für die Liebe, aber auch für den Tod. Der Tod als radikalster Verlust war für Rilke ein großes Lebensthema (Csef 2020 a). Er glaubte und beschwor den „Tod mitten im Leben". Und er lebte auf seinen eigenen Tod hin. Seine Krebserkrankung zwang ihn schließlich dazu, sich in einem langen, qual- und schmerzvollen Leidensweg auf den Tod vorzubereiten.

Distanz durch selbstbestimmte Trennungen

Durch selbstbestimmte Trennungen können Menschen Distanz herstellen. Beim alltäglichen Abschiednehmen – z. B. vor einer Reise – rechnen die Beziehungspartner noch mit einer Wiederkehr. Bei endgültigen Trennungen ist jedoch der Abschied faktisch ein letzter Abschied. Eine Wiederbegegnung ist dann nicht mehr vorgesehen und findet meistens nicht mehr statt. Der, der verlassen wird, dem wird durch die Trennung aktiv etwas genommen. Insofern verkraften die meisten Menschen das Verlassen-Werden schwerer als das aktive Abschiednehmen.

Pathisch erlittene Distanz

Bei Verlusten wird dem Menschen, der den Verlust erleidet, etwas genommen. Dies kann der endgültige Verlust einer Beziehung durch Trennung oder Tod sein oder es ist der Verlust einer lange gehegten Hoffnung bei einem einseitigen Verliebt-Sein. Der Tod als „radikalster Verlust" (Csef 2020 a) hat Rainer Maria Rilke über Jahrzehnte seines kurzen Lebens beschäftigt. Todesfälle durch Krankheiten, Selbstmorde und die zahlreichen Toten des Ersten Weltkriegs haben ihn intensiv beschäftigt. Seine Chiffre vom „Tod mitten im Leben" machte für ihn den Tod zum ständigen Begleiter. Im Gegensatz zur Todesdrohung kann der faktische Tod auch als „radikalste Distanz" aufgefasst werden – eine existentielle Distanz, die irreversibel ist und bei der es keine gelebte Nähe mehr geben kann. Rilke war ein Anhänger der klassischen antiken Vorstellung von einer „Ars moriendi", der Kunst zu sterben, oder der Fähigkeit, sich auf den bevorstehenden Tod einzulassen oder vorzubereiten. Die existenzielle Herausforderung traf ihn persönlich selbst, als er sich in einem jahrelangen

Leidensweg auf seinen Krebstod vorbereiten musste. Diese existenzielle Leiderfahrung hat seine späte Lyrik wesentlich mitgeprägt.

Besonders bei lebensbedrohlichen Erkrankungen – letztlich bei allen unheilbaren Erkrankungen – antizipieren die Angehörigen den Tod des Sterbenden. Der lange Leidensweg kann bei vielen Krankheiten jahrelang dauern. Diese erzwungenen Abschiede sind keine Abschiede im „aktiven Modus“ – sie tragen das Signum des radikalen Verlustes durch den Tod. Manchen Menschen ist das Abschiednehmen bei einem vorhersehbaren Tod so unerträglich, dass sie einen Suizid vorziehen. Dies ist der Fall, wenn sich Krebskranke suizidieren, wie z. B. der bekannte deutsche Schriftsteller Wolfgang Herrndorf im Jahre 2013 (Csef 2014). Für Ehepaare, die fast ein halbes Jahrhundert miteinander gelebt haben, ist es angesichts einer todbringenden Erkrankung oft unerträglich, dass einer gehen muss und einer einsam zurückbleibt. Deshalb gibt es in den letzten Jahrzehnten gehäufte Suizide von Ehepaaren, die mehrere Jahrzehnte miteinander gelebt haben und bei denen einer todkrank ist (Csef 2016 a).

Rilke hat sich während seiner ersten längeren Paris-Reise in den Jahren 1902 und 1903 intensiv mit dem „Massen-Sterben“ in der Großstadt auseinandergesetzt. Seine Erlebnisse hat er in seinem einzigen Roman „Die Aufzeichnungen des Malte Laurids Brigge“ verewigt. Der Erste Weltkrieg und die Spanische Grippe im Jahr 1918/19 konfrontierten ihn mit weiteren kollektiven Todesdrohungen und Sterben.

Die aktuelle Corona-Pandemie bringt viele Veränderungen, die auch Rilke schon erlebte: Schutzmasken während der Spanischen Grippe, Leichenberge und Massengräber. Die Szenarien von 1918 und 2019 weisen viele Ähnlichkeiten auf.

Die zeitgenössische Präventionsstrategie nach der AHA-Regel (Abstand halten/Hygiene/Alltagsschutzmasken) setzt auf Distanz, um das Risiko der Virusübertragung zu reduzieren. Gesetzlich verordnete Maskenpflicht und Bußgelder bei Nichteinhaltung verdeutlichen die Distanz und Fremdbestimmung. Die Nähe-Distanz-Regulation während der Corona-Pandemie hat die Tendenz: weniger Nähe, mehr Distanz.

Distanzerlebnisse durch Verlassen-Werden als narzisstische Kränkungen

Rainer Maria Rilke war ein Mensch, der höchst empfindlich für Verlassen-Werden war. Aus psychoanalytischer Sicht ist diese große Empfindlichkeit mit einer tiefen narzisstischen Kränkung des Selbstwertgefühls verknüpft. Die Angst vor Verlassen-Werden kann der tiefste wunde Punkt von Menschen sein. Sie werden dann versuchen, das Verlassen-Werden zu verhindern. Dafür stehen prinzipiell zwei Wege zur Verfügung: Entweder man trennt sich aktiv und kommt damit dem Verlassen-Werden zuvor. Diesen Modus wählte Rainer Maria Rilke fast immer. Oder man bindet sich in tiefer emotionaler Abhängigkeit an den Partner und versucht damit, das Verlassen-Werden zu verhindern. Dies gelingt allerdings gerade in Partnerbeziehungen oft nicht. Tritt dann trotzdem die Trennung ein, neigen vor allem Männer zu einer Tötung der Liebespartnerin, einem Intimizid. Dieses Motiv ist in Deutschland eine der Hauptursachen für Tötungsdelikte. Etwa 60 bis 70 Prozent aller Fälle von Mord und Totschlag sind „Beziehungstaten“. Eifersucht, Hass, Rachsucht und unbewältigte Trennungen sind die Hauptmotive für Intimizide (Csef 2016 b).

„Sei allem Abschied voran“

Wer zuerst geht, kann nicht mehr verlassen werden

Der bekannt gewordene Satz „Sei allem Abschied voran“ stammt aus der berühmt gewordenen Gedichtsammlung

„Sonette aus Orpheus“. Die Sonette zählen neben den „Duineser Elegien“ zu den bedeutsamsten lyrischen Werken Rilkes (Kippenberg 1946). Beide hat er zum Großteil im Jahr 1922 geschrieben. Mit „Sei allem Abschied voran“ beginnt das XIII. Sonett im zweiten Teil. Es lautet wie folgt:

Sei allem Abschied voran, als wäre er hinter
dir, wie der Winter, der eben geht.
Denn unter Wintern ist einer so endlos Winter,
daß, überwinternd, dein Herz überhaupt übersteht.

Sei immer tot in Eurydike –, singender steige,
preisender steige zurück in den reinen Bezug.
Hier, unter Schwindenden, sei, im Reiche der Neige,
sei ein klingendes Glas, das sich im Klang schon zerschlug.

Sei- und wisse zugleich des Nicht-Seins Bedingung,
den unendlichen Grund deiner innigen Schwingung,
daß du sie völlig vollziehst dieses einzige Mal.

Zu dem gebrauchten sowohl, wie zum dampfen und stummen
Vorrat der vollen Natur, den unsäglichen Summen,
zähle dich jubelnd hinzu und vernichte die Zahl.
(Aus: Die Sonette an Orpheus, Zweiter Teil, XIII. Sonett)

Die Metapher „Sei allem Abschied voran“ hat eine lebenspraktische und eine tiefere existenzielle Dimension (Arens & Machowiak 2004). Der lebenspraktische Sinn öffnet sich in einem biographischen Verständnis von Rilkes Leben, in dem das Abschiednehmen in Beziehungen eine große Bedeutung hatte. Der tiefere existenzielle Sinn offenbart sich Antizipation des Todes. Seine enge Vertraute Lou Andreas-Salomé hat wiederholt eine „romantische Todessehnsucht“ bei Rilke festgestellt (Andreas-Salomé 1928, 1951). Hinter seinen zahlreichen hypochondrischen Ängsten, unter denen er bereits als Jugendlicher litt, lauerten larvierte Todesängste. Er hat bei sich eine permanente „ängstliche Selbstbelauerung“ wahrgenommen. Entsprechend sensibel war Rilke für Todesfälle. Die „Sonette an Orpheus“ hat er der bildhübschen Münchner Tänzerin Wera Oeckama Knoop gewidmet (Buddeberg 1947). Sie starb im Jahre 1919 an Leukämie – der Erkrankung, an der Rilke selbst sieben Jahre später sterben sollte (Hertl 2004).

Die lebenspraktische Dimension von „Sei allem Abschied voran“ zeigt sich in Rilkes Frauenbeziehungen. Der „erzwungene Abschied“ von Lou Andreas-Salomé wurde von ihm traumatisch erlebt. Sie war seine erste große Liebe und er hing an ihr in tiefer emotionaler Abhängigkeit. Sie hat ihn abrupt von sich weggestoßen, weil sie sich durch Rilke eingeengt fühlte und er ihr immer mehr auf die Nerven ging. Im Januar 1901 schrieb sie in ihr Tagebuch: „Damit R. fortginge, ganz fort, wäre ich einer Brutalität fähig. (Er muss fort!).“ (zit. n. Schwilk 2015, S. 98). Nach dem allerletzten Abschiedsgespräch waren etwa zwei Jahre Funkstille zwischen beiden, doch dann kam es wieder zu einem intensiven Briefwechsel (Andreas-Salomé/Rilke 1952) und vereinzelten Begegnungen. Das „Trennungstrauma“ des Weggestoßen-Werdens von Lou Andreas-Salomé hat Rilke eigentlich nie bewältigt. In seinen künftigen Frauenbeziehungen, war immer er es, der die Frau verließ. Er ließ es nie mehr dazu kommen, dass er verlassen wurde. Mit großer Sensibilität spürte er, wann die Zeit für den

Abschied gekommen war. „Sei allem Abschied voran“ bedeutete letztlich dann für Rilke, „präventiv Abschied zu nehmen“, so dass er nicht „Opfer“ des Verlassen-Werdens sein kann. Die innere Logik folgte dem Prinzip: „Wer zuerst geht, kann nicht mehr verlassen werden.“

Bindungsangst und selbstgewählte Abschiede in Rilkes Frauenbeziehungen

Rilke hatte in seinen realen Beziehungen die meiste Zeit mit der Kommunikation mit Frauen verbracht. Männerbeziehungen hatte er zu dem Bildhauer August Rodin, über den er eine Monographie schrieb und mit einigen Dichterkollegen. In den Frauenbeziehungen gab es in seinem „Beuteschema“ zwei Frauentypen, die er an sich zu binden versuchte:

- Reiche Mutter-Figuren, die als Gönnerinnen oder Mäzeninnen ihn jahrelang massiv finanziell unterstützten. Dies waren vor allem die Fürstin Marie von Thurn und Taxis, Nanny Wunderly-Volkart aus der Schweiz und Katharina Kippenberg aus Leipzig. Die letztere nannte er „Insel-Herrin“, weil sie mit dem Verleger und Inhaber des Insel-Verlages Anton Kippenberg verheiratet war. Die Beziehungen zu den einflussreichen Mutter-Figuren waren nicht durch sexuelles Begehren geprägt. Sie sollten ihn vielmehr finanziell unterstützen, ihm einen guten Lebensstandard gewähren und ihm psychisch Halt geben. Dafür hat er sie mit Komplimenten umschmeichelt, ihnen wunderschöne Briefe geschrieben und Gedichte gewidmet.

- Liebesleidenschaft und sexuelles Begehren bezogen sich auf die Frauen, deren körperliche Nähe er suchte. Dies waren überwiegend Schriftstellerinnen (z. B. Lou Andreas-Salomé), Malerinnen (Loulou Albert-Lasard oder Elisabeth Klossowska), Bildhauerinnen (Ehefrau Clara Westhoff) oder Pianistinnen (Magda von Hattingberg).

Die Beziehungen zu den reichen Mutter-Figuren pflegte Rilke sehr sorgfältig und hielt sie bis zu seinem Tod aufrecht. Er spürte ja intuitiv, dass er sie brauchte, weil er relativ mittellos war und sich seinen gehobenen Lebensstandard sonst nicht hätte leisten können. Rilke hatte also durchaus egoistische und parasitäre Regungen. Liest man den Briefwechsel mit der Fürstin Marie von Thurn und Taxis oder mit Nanny Wunderly-Volkart, so finden sich in den charmanten und umgarnenden Briefen meistens auch deutliche Bittgesuche und Wunschlisten, die von den reichen Gönnerinnen meist prompt erfüllt wurden. Ganz anders war Rilkes Beziehungsverhalten bei den leidenschaftlichen Liebesbeziehungen, in denen er sexuell begehrte. Dort kam es sehr schnell zu Nähe-Distanz-Konflikten und zaghaften Versuchen, sich die ihn bedrängenden Frauen vom Leibe zu halten. So viel Zeit wie Lou Andreas-Salome mit ihm verbringen durfte, hat er keiner anderen Frau mehr gewährt. Bei manchen Geliebten waren es nur wenige Tage oder Wochen der Gemeinsamkeit.

Rilkes Beziehungsmuster: „Präventives Verlassen“ zur Vermeidung des Lou-Traumas

Aus vielerlei Gründen war die radikale Trennung von Lou Andreas-Salomé für Rainer Maria Rilke besonders traumatisch: zum einen war es die erste große Liebe im Leben von Rilke, zum anderen war es von Anfang eine sehr asymmetrische Beziehung. Lou Andreas-Salomé war Rilke in vielfacher Hinsicht deutlich überlegen: Sie stammte aus adligen Verhältnissen und einem vermögenden Elternhaus. Sie war fünfzehn Jahre älter als Rilke, hatte bereits viel Lebenserfahrung – auch in Beziehungen zu Männern – und eine ausgeprägte kosmopolitische Welterfahrung. Sie hat sich in vielen europäischen Metropolen längere Zeit aufgehalten – in ihrer Geburtsstadt Sankt Petersburg, in Zürich, Rom, Paris, London, Stockholm, Berlin, München, Wien. Der deutlich jüngere Rilke war hingegen ein weitgehend mittelloser Student, der seinen Platz im Leben noch nicht gefunden hatte. Lou Andreas-Salomé hatte bereits von drei namhaften Männern einen Heiratsantrag bekommen,

von Friedrich Nietzsche, dem Theologen und Pfarrer Hendrik Gillot und von dem Reichstagsabgeordneten Georg Ledebour (Csef 2019). Alle drei Heiratsanträge hatte sie abgelehnt. Lou Andreas-Salomé war eine außergewöhnliche intellektuell hochgebildete Frau und hatte bereits erhebliche Erfolge als Schriftstellerin zu verzeichnen. Friedrich Nietzsche nannte sie als eine der klügsten Frauen, die er je kennengelernt hat, und nannte sie sein „Geschwistergehirn“ (Csef 2020 b). Lou hatte zum Zeitpunkt des Kennenlernens bereits die erste Biographie über Friedrich Nietzsche geschrieben (Andreas-Salomé 1894) und ein Buch über die Frauengestalten von Ibsen (Andreas-Salomé 1892). Mit den Schriftstellern Frank Wedekind, Arthur Schnitzler, Gerhart Hauptmann, Henrik Ibsen und August Strindberg war sie befreundet. Rilke spürte sehr wohl, dass er es hier mit einer sehr hochkarätigen selbstbewussten Frau zu tun hatte, der er sich unterlegen fühlte. Es entwickelte sich immer mehr eine asymmetrische Beziehung oder Schieflage, in der Rilke als der emotional Abhängige „klammerte“ und Lou immer wieder auf ihren Freiheitsdrang pochte. Diese ungleiche Beziehung erlitt nach etwa vier Jahren das Schicksal, das vielen asymmetrischen Beziehungen droht: Lou drängte abrupt auf eine Trennung und zog diese auch konsequent durch. Rilke war tief gekränkt, fühlte sich gedemütigt und war überflutet von Ängsten und Selbstzweifeln.

Wie sehr Rilke unter der Trennung gelitten hat, bringt er in einem Gedicht aus dem „Stundenbuch“ zum Ausdruck. Die Gedichte dieses Bandes hat er überwiegend in der gemeinsamen Zeit mit Lou (1897–1901) geschrieben. Im Jahr 1905 ist es erstmals erschienen. Das durch die Trennung erzeugte Liebesleid klingt in dem Gedicht wie folgt.

Stimme eines jungen Bruders
Ich verrinne, ich verrinne
wie Sand, der durch Finger rinnt.
Ich habe auf einmal so viele Sinne,
die alle anders durstig sind.
Ich fühle mich an hundert Stellen
schwellen und schmerzen.
Aber am meisten mitten im Herzen.

Ich möchte sterben. Laß mich allein.
Ich glaube, es wird mir gelingen,
so bange zu sein,
daß mir die Pulse zerspringen.
(Rainer Maria Rilke, Stundenbuch, Gesammelte Werke 2003)

„Das Lou-Trauma“ oder Trennungstrauma hatte bei Rilke ein Vermeidungsverhalten zur Folge. Er wollte schlicht so eine furchtbare Situation nie wieder erleben. Also entwickelte er eine Vermeidungsstrategie, die „präventives Verlassen“ genannt werden kann. Er kam „allem Abschied voran“, indem er zuerst ging, damit er nicht verlassen werden konnte.

Trotz aller Ambivalenz: Leiden unter dem Abschied. Das Gedicht „Abschied“

Etwa sechs Jahre nach der Trennung von Lou Andreas-Salomé erschien im Gedichtband „Neue Gedichte“ von Rainer Maria Rilke sein wohl bekanntestes Abschieds-Gedicht. Es lautet wie folgt:

Abschied
Wie hab ich das gefühlt was Abschied heißt.
Wie weiß ich’s noch: ein dunkles unverwundnes
grausames Etwas, das ein Schönverbundnes
noch einmal zeigt und hinhält und zerreißt.

Wie war ich ohne Wehr dem zuzuschauen
Das, da es mich, mich rufend, gehen ließ,
zurückblieb, so als wären’s alle Frauen
und dennoch klein und weiß und nichts als dies:

Ein Winken, schon nicht mehr auf mich bezogen,
ein leise Weiterwinkendes –, schon kaum
erklärbar mehr: vielleicht ein Pflaumenbaum,
von dem ein Kuckuck hastig abgeflogen.
(Rainer Maria Rilke, Neue Gedichte, Gesammelte Werke 2003)

In der ersten Strophe überwiegen schmerzliche und leidvolle Worte. Abschied ist ein „dunkles unverwundnes grausames Etwas, das ein Schönverbundnes zerreißt.“ Das Zerreißen des Verbundnen symbolisiert die radikale Trennung, die auch Liebende erleiden können. Die Trennung ist der Riss in der Bindung. Die Distanz, die dieser Riss mit sich bringt, ist endgültig und irreversibel. Die Nähe des „Schönverbundnen“ ist für immer dahin.

In den „Duineser Elegien“ taucht in der achten Elegie das Abschiedsthema ebenfalls auf. Die beiden ersten Zeilen des folgenden Auszuges sind sehr berühmt geworden:

Die achte Elegie
Uns überfüllts. Wir ordnens. Es zerfällt.
Wir ordnens wieder und zerfallen selbst.

Wer hat uns also umgedreht, daß wir,
was wir auch tun, in jener Haltung sind
von einem, welcher fortgeht? Wie er auf
dem letzten Hügel, der ihm ganz sein Tal
noch einmal zeigt, sich wendet, anhält, weilt –,
so leben wir und nehmen immer Abschied.

Die Transzendenz des Traumas – jahrzehntelange Freundschaft zwischen Lou Andreas-Salomé und Rainer Maria Rilke

Trotz aller Schmerzen und Leiden, die Lou Andreas-Salomé Rainer Maria Rilke zugefügt hat, wagte dieser nach etwa zwei Jahren Funkstille eine Wiederannäherung, die von beiden Seiten gelang. Beim letzten Abschiedsgespräch im Jahr 1901 gab Lou Rilke einen Zettel – es war die Rückseite einer Milchrechnung – auf dem folgendes stand: „Wenn einmal viel später dir schlecht ist zumute, dann ist bei uns ein Heim für die schlechteste Stunde.“ Diese Worte waren ein bedeutsames Signal, dass Lou für ihn da sein wird, wenn es ihm ganz schlecht geht und er sie braucht. Rilke hatte dies richtig verstanden und die Wiederannäherung gesucht.

Daraus wurde eine lebenslange Freundschaft, die für beide sehr bereichernd war. Lou war und blieb seine Vertraute. Durch die Begegnung mit Sigmund Freud und anderen berühmten Psychoanalytikern gewann Lou Andreas-Salomé vertiefte Einblicke in die menschliche Seele und konnte zunehmend die Grundkonflikte, Ängste und Gefühlsambivalenzen Rilkes besser verstehen. Rilke selbst wiederum spürte das tiefe Vertrauen und den Halt, den er aus dieser zuverlässigen Beziehung erhielt. Von Lou erhielt er nicht Geld, Luxusgegenstände, vornehme Kleidung oder wertvolle Bücher, sondern verlässliche Zuwendung, ein offenes Ohr, vertieftes Verstehen und bedingungsloses Vertrauen bis zum Tod. Die Biographin Gunna Wendt hat dies treffend zusammengefasst: „Lou Andreas-Salomé war und blieb die einzige, der er sich rückhaltlos anvertrauen konnte.“ (Wendt 2010). Insofern war im Rückblick Lou Andreas-Salomé nicht nur seine erste große Geliebte, sondern auch eine starke Persönlichkeit, die jahrzehntelang zu ihm hielt. Der Briefwechsel zwischen beiden ist der Nachwelt erhalten und ist Zeugnis dafür, wie tief, tragfähig und vielschichtig diese Beziehung war (Csef 2011). Die letzten Briefe an den todkranken Rilke schrieb Lou im Dezember 1926. Sie kamen ungeöffnet an sie zurück, weil Rilke sie nicht mehr öffnen konnte. Der Tod kam ihm zuvor. In ihrem „Lebensrückblick“, der posthum im Jahr 1951 erschienen ist, würdigte Lou noch einmal zusammenfassend die große Bedeutung dieser Beziehung.

Im Jahr 1900 – also in der Zeit, in der Lou Andreas-Salomé und Rainer Maria Rilke ein Liebespaar waren – erschien in der Zeitschrift „Neue Deutsche Rundschau“ ein Essay von Lou mit dem Titel „Gedanken über das Liebesproblem“. Dieser Beitrag wurde in dem Sammelband „Die Erotik“ im Jahr 1910 wiederveröffentlicht und wurde immer wieder neu aufgelegt. Darin schrieb Lou Andreas-Salomé:

> „Immer ist es ein unerreichbarer Stern, den wir lieben, und immer ist alle Liebe tief in ihrem Wesen eine heimliche Tragödie, – die aber nur dadurch, dass sie es ist, ihre gewaltige fruchtbare Wirkung zu äußern vermag.“ (Lou Andreas-Salomé, Gedanken über das Liebesproblem, 1900).

Nähe-Distanz-Regulation und die Frage der Selbstbestimmung

Autonomie und Selbstbestimmung sind ganz bedeutsame Grundwerte des Menschen. Sie prägen wesentlich das Leben eines Menschen, seine Entwicklung und seine psychische Verfassung. Für die Nähe-Distanz-Regulation in Beziehungen ist die Selbstbestimmung von grundlegender Bedeutung. Die Kehrseite der Autonomie in menschlichen Beziehungen ist jene der Abhängigkeit. Viele Menschen haben Autonomie-Abhängigkeits-Konflikte. Diese spielen in der Psychotherapie eine zentrale Rolle. Es kann durchaus sein, dass ein Mensch in einer für ihn sehr unbefriedigenden Beziehung jahrzehntelang verharrt und sich emotional abhängig fühlt. Er kann sich also nicht trennen. Andere Menschen haben ein hohes Autonomie-Bedürfnis und fühlen sich in Beziehungen durch Nähe schnell eingeengt. Die meisten Menschen pendeln – wie Rainer Maria Rilke auch – zwischen den Extrempolen von totaler Nähe und vollkommener Distanz. In dieser lebendigen Fluktuation zwischen Nähe und Distanz erfolgt für die meisten Menschen die Nähe-Distanz-Regulation: Wenn ihnen die Nähe zu viel wird und sie sich eingeengt fühlen, suchen sie wieder Distanz. Fühlen sie sich einsam und vermissen Nähe, versuchen sie, die Distanz zu überwinden und wieder Nähe herzustellen. Diese lebendige Fluktuation gelingt vielen Menschen nicht oder nur ansatzweise. Sie haben dann meist ein Problem mit Autonomie und Abhängigkeit, psychodynamisch gesprochen einen unbewältigten Autonomie-Abhängigkeits-Konflikt.

Der Tod als radikale Distanz

Jeder Mensch wird früher oder später damit konfrontiert, dass es Trennungen und Distanz gibt, die eben nicht selbstbestimmt sind, z. B. eine endgültige Trennung, die von einem Liebespartner forciert wird, während der

andere an der Beziehung festhalten will. Diese Distanz wird dann vollzogen gegen den Willen des anderen. Er leidet unter dieser Distanzierung, fühlt sich oft verlassen und gekränkt. Verlassen werden und ungewollte Trennungen sind häufig die Ursache für Partnerschaftsgewalt und Tötungsdelikte zwischen den Partnern. In der forensischen Psychiatrie wird von Intimizid gesprochen – die Tötung des Liebespartners.

Eine andere Variante der nicht-selbstbestimmten absoluten Distanz ist der Tod. Er trennt unwiderruflich Beziehungspartner und Familienangehörige. Dadurch schafft er eine radikale Distanz. Dies ist eine Distanz, die durch keine noch so große Anstrengung wieder in Nähe umgewandelt werden kann. Symbolische Nähe kann durch Rituale oder spezifische Verarbeitungsmuster über den Tod hinaus hergestellt werden. Manche Hinterbliebene sagen: „Ich habe meinen Vater, meine Mutter oder meinen Partner nicht verloren, sondern ich trage ihn weiterhin in meinem Herzen.“

Gelebte Nähe und dialogische Kommunikation sind aber nach dem Tod nicht mehr möglich. Der Verstorbene kann nicht mehr antworten oder kommunizieren. Deshalb ist der Tod eine radikale und absolute Distanz.

Rainer Maria Rilke hat sich nicht nur mit der Nähe-Distanz-Regulation in seinen Liebesbeziehungen intensiv auseinandergesetzt, sondern auch mit der erzwungenen Distanz durch den Tod. In zahlreichen Gedichten und in seiner Prosa schrieb er sehr anschaulich, was die Distanz durch den Tod für Menschen bedeuten kann. Mit seiner Parole „Herr, gib jedem seinen eigenen Tod“ benannte er sogar möglicherweise sein eigenes Schicksal. Er war jahrelang an Leukämie erkrankt, hatte intensive Leidens- und Schmerzzustände und die Diagnose seiner Erkrankung ist erst sehr spät gestellt worden. Kurz vor seinem Tod schrieb er an die befreundete Schriftstellerin Erika Mitterer:

> „Unrecht hat, wer müde
> zum Leben steht und müder steht zum Tod.
> Ich, der ausging, beide zu bejahen,
> erschrecke vor dem Kampf, der Krankheit heißt.“
> (Rainer Maria Rilke, im Brief an Erika Mitterer vom 17. November 1925).

Literaturverzeichnis

Albert-Lasard Lou: Wege mit Rilke. Frankfurt a.M., 1952

Andreas-Salomé, Lou: Henrik Ibsens Frauengestalten. Nach seinen sechs Familiendramen: Ein Puppenheim, Gespenster, Die Wildente, Romersholm, Die Frau vom Meere, Hedda Gabler. Berlin 1892

Andreas-Salomé, Lou: Friedrich Nietzsche in seinen Werken. Wien 1894

Andreas-Salomé, Lou: Gedanken über das Liebesproblem. Neue Rundschau, Jg. XII, 1900

Andreas-Salomé, Lou: Erotik (Enthält auch Der Mensch als Weib, Gedanken über das Liebesproblem, Psychosexualität.) Frankfurt 1910

Andreas-Salomé, Lou: Rainer Maria Rilke. Leipzig 1928

Andreas-Salomé, Lou: Lebensrückblick. Grundriß einiger Lebenserinnerungen. Aus dem Nachlaß herausgegeben von Ernst Pfeiffer. (Zürich 1951.) Neu durchgesehene Auflage mit einem Nachwort des Herausgebers. Frankfurt 1994

Andreas-Salomé, Lou: Rilke, R.M. und L. Andreas-Salomé: Briefwechsel. Zürich und Wiesbaden 1952

Arens, Heribert, Machowiak, Martino: Sei allem Abschied voran. Gedanken zu Abschied und Neubeginn. Butzon & Bercker, Gevelaer – Edition Coelde, 2004

Buddeberg, Else: „Sei allem Abschied voran …“. Eine Rilke-Interpretation. Ellermann, Hamburg 1947

Csef, Herbert, Wyss, Dieter: Die Bedeutung von Bindung und Trennung für die Entstehung von Krankheiten. Nervenarzt 56, 1985, 245–251

Csef, Herbert: Binden und Lösen aus psychosomatischer Sicht. In: Böhme, W. (Hrsg.) Liebe – stark wie der Tod. Über ihre Herkunft und Zukunft. Herrenalber Texte 55. Karlsruhe Tron 1984, S. 71–76

Csef, Herbert: Plädoyer für eine Sprache der Liebe. Literaturgeschichte und Sexualität. Ein Beitrag zum 150. Geburtstag von Lou Andreas-Salomé. Gyne. Fachzeitschrift für den Arzt der Frauen. Jahrgang 32, Heft 6, 2011, S. 26–28

Csef, Herbert: Suizid als letzter Ausweg vor dem Krebstod. Die Botschaft des Schriftstellers Wolfgang Herrndorf. Suizidprophylaxe, Heft 4, 2014, S. 148–153

Csef, Herbert: Doppelsuizide von Paaren nach langer Ehe. Verzweiflungstaten oder Selbstbestimmung bei unheilbaren Krankheiten? Internationale Zeitschrift für Philosophie und Psychosomatik, 2016 a, Ausg. 1, S. 1–10

Csef, Herbert**:** Pathologischer Narzissmus und Destruktivität. Gewaltexzesse in der Gegenwart. Nervenheilkunde 35, 2016 b, S. 858–863

Csef, Herbert: Lou Andreas-Salomé und ihre Beziehung zu Friedrich Nietzsche, Rainer Maria Rilke und Sigmund Freud. Tabularasamagazin vom 18. Mai 2019

Csef, Herbert**:** Der Tod als radikaler Verlust. Sterben und Tod in der Lyrik und Prosa von Rainer Maria Rilke. Internationale Zeitschrift für Philosophie und Psychosomatik, Ausg. 1, 2020

Csef, Herbert: Lou Andreas-Salomè – das „Geschwistergehirn“ von Friedrich Nietzsche. Aufklärung und Kritik 2/2020, S. 213–221

Hertl, Michael und Renate: „ich steh im Folterbad des eigenen Blutes – Rainer Maria Rilke. In: Hertl, Rainer Maria Rilke, Hermann Hesse, Nikos Kazantzakis. Lebens-Leidens-Jahre mit Leukämie. Würzburg Königshausen & Neumann 2004, S. 11–69

Kippenberg, Katharina: Rainer Maria Rilkes Duineser Elegien und Sonette an Orpheus, Frankfurt a.M. 1946.

Marko Gerda: „… und ich kann sehen, wie ich traurig bin.“ Lou Andreas-Salomé und Rainer Maria Rilke. In: Gerda Marko (Hrsg.): Schreibende Paare. Liebe, Freundschaft und Konkurrenz. Suhrkamp, Frankfurt/Main 1998, S. 149–168

Rilke, Rainer Maria**:** Gesammelte Briefe in sechs Bänden. Sieber-Rilke Ruth, Sieber Carl (Hrsg.), Leipzig 1936–1939

Rilke, Rainer Maria: Briefe an die Mutter. 1896-1926. In: Sieber-Rilke Hella (Hrsg.), Leipzig Insel-Verlag 2009

Rilke, Rainer Maria: Gesammelte Werke. 5 Bände. Hrsg. V. Manfred Engel, Ulrich Fülleborn, Horst Nalewski, August Stahl. Frankfurt/Main Insel Verlag 2003

Schwilk, Heimo: Rilke und die Frauen. Biografie eines Liebenden. Piper Verlag, München, Berlin 2015

Thurn und Taxis-Hohenlohe, Fürstin Marie von: Erinnerungen an Rainer Maria Rilke. Berlin und München 1937 (3. Auflage).

Weber Inge, Rempp B. (Hrsg.): Lou Andreas-Salomé: Das “zweideutige” Lächeln der Erotik. Texte zur Psychoanalyse, Freiburg 1990

Wendt Gunna: Lou Andreas-Salomé und Rilke – eine amour fou. Insel Verlag, Berlin 2010

Zum Autor
Herbert Csef, Universitätsprofessor für Psychosomatik, Psychoanalytiker, Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie (1988–2020). Leiter des Schwerpunktes Psychosomatische Medizin und Psychotherapie in der Medizinischen Klinik und Poliklinik II des Universitätsklinikums Würzburg. Vorstandsvorsitzender des Psychotherapeutischen Kollegs Würzburg (Weiterbildungsinstitut für Psychotherapie und Psychoanalyse). Seit 2013 Vorstandsmitglied der Dr.-Gerhardt-Nissen-Stiftung und Vorsitzender im Kuratorium für den Forschungspreis „Psychotherapie in der Medizin“.

Korrespondenzadresse:
Professor Dr. med. H. Csef
Psychosomatische Medizin und Psychotherapie
Zentrum für Innere Medizin
Medizinische Klinik und Poliklinik II
Oberdürrbacherstr. 6
97080 Würzburg

Kontakt: Csef_H@ukw.de